

Директор школы:

Э.С.Абдуллина/

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи

для младших 05.06.2026

Прием пищи	№ сб. рец.	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак обед	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05
	189	2008	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180/6	4,55	7,36	28,67	199,83
	379	2011	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,21	1,21	25,86	123,46
	389	2011	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
	102	2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,58	4,30	15,10	117,74
	209	2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/7	6,76	6,40	43,14	257,34
	260	2011	ГУЛЯШ	90	13,47	15,44	3,26	206,12
	436	2008	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,06	0,01	23,78	95,81
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19

Ежедневное меню ЦДП МБОУ СОШ с. Кугарчи

для старших 05.06.2026

Прием пищи	№ сб. рец	Сборник рецеп	Блюдо	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
завтрак	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73
	189	2008	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200/6	5,05	7,65	31,80	216,96
	379	2011	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,21	1,21	25,86	123,46
	389	2011	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
обед	102	2011	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,58	4,30	15,10	117,74
	209	2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180/7	6,76	6,40	43,14	257,34
	260	2011	ГУЛЯШ	90	13,47	15,44	3,26	206,12
	436	2008	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,06	0,01	23,78	95,81
	ТК №21	2022	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36
	ТК №21	2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19

Повар  Вагапова М.И.